

# Vil du synge i kor?



Se Østfold sangerforums medlemskor 2020

# Vil du synge i kor?

Korsang er en verdifull musikalsk aktivitet! Det å synge sammen med andre, skape musikk sammen, gir helt unike opplevelser. I tillegg kommer fellesskapet, trivselen og gleden vi gir andre med vår sang.

Med dette heftet vil vi forsøke å presentere en del av de korene og ensemblene som er organisert hos oss i Østfold sangerforum. Det er første gang vi synliggjør på denne måten, vi tror at det ikke blir den siste. Vårt mål er å gjøre deg som ikke er korsanger, oppmerksom på at det finnes kor i din nærhet der du vil bli tatt godt imot! Korsang skjer lokalt og nær deg!

Østfold sangerforum er et distriktsledd av Norsk sangerforum. Vi vil være korenes stemme, være et nettverk for korene i området, få i gang aktiviteter av interesse for medlemskorene, søke om fylkeskommunal støtte til drift og aktiviteter og å være et interesseorgan for medlemskorene.

Ikke alle kor og ensembler som er organisert hos oss er med i heftet. Det håper vi å gjøre noe med når vi reviderer heftet ved neste utgivelse.

Så håper vi du bruker heftet, blir interessert og lar deg inspirere til å ta kontakt med et kor som passer deg. Kan hende trenger du et kor eller ensemble til å underholde ved en anledning? Ta kontakt.

Vil du vite mer om Norsk sangerforum, Østfold sangerforum og de ulike korene ber vi deg ta en titt på hjemmesidene våre og på Facebook.

For styret i ØSF og med vennlig hilsen

Kari Elisabeth Spæren Sand  
Styreleder

Nettside: <https://www.sangerforum.no/ostfold>

Facebook: <https://www.facebook.com/ostfoldsangerforum/>

**nsf**  
norsk sangerforum - korenes stemme!

**Østfold sangerforum**



**Egenart:** Vi er en del av en korfamilie som heter AmaSing og består av 4 kor: KIDS, JUNIOR, TEENS og FREDRIKSTAD. Vi ønsker å spre glede og vår egen osemagi!

**Repertoar:** Pop, soul, gospel og kirkemusikk.

**Sosial profil:** Det skal være gøy å synge. Koret ble stiftet i 2009 etter at foreldrene i Båthuset Barnekor ønsket å oppleve noe av den samme sanggleden som sine unge håpefulle og etter det så har Sanggleden vært AmaSing!

**Reisevirksomhet:** Vi reiser på tur hvert andre år, en tur som inneholder både opptredener og sosialt samvær. Byer vi har besøkt er Roma, Liverpool, Barcelona og Verona.

**Ambisjon- og aktivitetsnivå:** Vi øver hver tirsdag, vi avholder 2 felleskonserter i året med hele korfamilien vår; sommerkonsert og julekonsert.

Vi forsøker å ha en egen konsert annet hvert år, og synger på institusjoner, i Kongstenbadet, begravelser, bryllup, julegateåpning, Luciakåring, samt konserter med andre kor og artister. I 2017 het vi Båthuskoret og spilte inn egen JuleCD: «Osemagisk Jul», en morsom opplevelse med egen Releasekonsert.

**Om Dirigenten:** Vi har en energisk dirigent som ikke er A4, men som gang på gang får ut noe av oss som i hovedsak er ekte sangglede. Veldig mange er med i koret vårt nettopp på grunn av Anette Marie Augdahl.

**VI ER AMASING OG VI  
ØNSKER Å SPRE VÅR  
OSEMAGI**

**FAKTA:**

Type kor: Blandet kor  
Dirigent: Anette Marie Augdahl  
Sangere/alder: 65/52 år  
Opptakskrav: Venteliste, men vi ønsker oss flere menn  
Øvingstid og -sted: Tirsdag kl 20.00-22.00  
Bethel, Fredrikstad

**KONTAKTINFO:**

976 09 064  
kari\_elise\_66@hotmail.com  
<https://www.facebook.com/amasingfredrikstad/>



## Askim Blanda kor

**EGENART:** Koret gjennomfører spennende konsertprosjekter på hovedscenen i Askim Kulturhus i samarbeid med solister, dansere og musikere. Fullt hus! i to dager. Vi deltar også på lokale korkonserter og er hvert år med på julekonserten i Askim kirke.

**REPERTOAR:** Repertoaret bestemmes mye av temaet for prosjektet vi holder på med; «James Bond»-låter, musikaler, musikk fra «Gitarkameratene» og 60-tallshits med undertittel «Tune in Radio Luxembourg». For tiden er fokus på låter fra 70- og 80-tallet fram mot hovedkonserter i oktober -20.

**SOSIAL PROFIL:** Det er trivelig å synge i Askim Blanda Kor. Vi trives sammen og nye sangere finner seg lett til rette. Øvelse er konsentrasjon, men i kaffepausene går praten! Vi har julebord med ledsagere og skikkelig trøkk, samt i senere år har vi hatt sommerfester i idylliske omgivelser i Sverige.

**REISEVIRKSOMHET:** Vi holder oss stort sett i Indre Østfold, med avstikkere andre steder. Høsten 2019 var vi på overnattingstur til Karlstad i Sverige og hadde en fantastisk musikalopplevelse der.

**AMBISJONS- OG AKTIVITETSNIVÅ:** Vi ønsker å være et kor som folk i lokalmiljøet kjenner og har lyst til å høre på.

**OM DIRIGENTEN:** André Bongard har hovedfag i utøvende klassisk piano fra Norges Musikkhøgskole og er nå ansatt som lektor i bruksklaver der. Han arbeider ellers på musikklinja ved Ski videregående, har turnert med Rikskonsertene, vært musikalsk leder og kapellmester på musikalen «Svidd Gummi» og holder egne solokonserter på klaver.

**MÅLET ER Å GI ET  
STORT, LOKALT PUBLI-  
KUM EN SPENNENDE  
KONSERTOPPLEVELSE**

### FAKTA:

Type kor:	Blandet kor
Dirigent:	André Bongard
Sangere/snittalder:	60/ 35-80 år
Opptakskrav:	En uhøytidelig stemmeprøve.
Øvingstid/sted:	Mandager kl 19.00 – 21.30 Gamle Eid skole

### KONTAKTINFO:

Iren Andresen  
958 66 507  
xony70@gmail.com  
Facebook: Askim Blandakors  
Venner



Foto: AB Foto Anne-Britt Mathisen

## Cantare

**Egenart:** Cantare har høye musikalske ambisjoner og et godt sosialt miljø. Vi tilpasser klang og lydbilde til ulike sjangre.

**Repertoar:** Hovedfokus på klassisk musikk. Noe jazz og populærmusikk.

**Sosial profil/ reisevirksomhet:** Vi reiser bort på seminarer og har en fest i løpet av året. Deltar på konkurranser i inn og utland ca. hvert 5 år.

**Ambisjon- og aktivitetsnivå:** Høye musikalske ambisjoner, i konkurranse i Norge og i utlandet. Øvelse hver mandag, og et helgeseminar i halvåret. Arrangerer egne konserter og deltar på ulike andre arrangementer og konserter.

**Om Dirigenten:** Tatiana Grushina er korets vennlige og svært dyktige dirigent. Hun er utdannet ved St.Petersburg musikkonservatorium, avdeling Petrozavodsk med hovedvekt på kordireksjon, sang og klaver. I tillegg har hun ett års studium i kirkemusikk ved Norges Musikkhøgskole. Tatiana har allsidig musikkbakgrunn både som solist og dirigent. For tiden jobber hun som kantor i Vestby menighet.

### FAKTA:

Type kor:	Kvinnelig Vokalensemble
Dirigent:	Tatjana Grushina
Sangere/alder:	25 / 25 - 50 år
Opptakskrav:	Prøvesang for dirigent og musikkutvalg
Øvingstid og -sted:	Mandager 19.00 - 21.30 Metodistkirken Fredrikstad

### KONTAKTINFO:

cantare.fredrikstad@gmail.com  
<https://www.facebook.com/Cantare>.  
Fredrikstad



Foto: Bjørn Fineide

## Citadell Musica

**Egenart:** Citadell Musica er et kammerkor fra Fredrikstad. Koret ble startet fordi man ønsket å finne nye veier innenfor formidling av kormusikk.

**Repertoar:** Korets mål er å arbeide for å gjøre utradisjonelt korstoff mer kjent, og samtidig ha et allsidig repertoar..

**Reisevirksomhet:** Koret har vært på mange turer: Stockholm, København, Liverpool osv. Siste tur var til Aarhus i sept. 2019.

**Ambisjon- og aktivitetsnivå:** Koret holder et høyt musikalsk nivå. Citadell Musica arrangerer egne konserter bygget opp rundt et tema. Lys og bevegelse har vært med på å forsterke den musikalske opplevelsen. Koret har flere ganger benyttet profesjonelle regissører for å heve konsertopplevelsen.

**Eks. på prosjekt konserter:** Bellmann forestilling med innleide musikere, Alf Prøysen i samarbeid med Håkon Paulsberg Trio, tema Duke Ellington, Tema Beatles, Chess, samarbeid med vokalgruppa PUST etc.

**Om Dirigenten:** Lars Tomtum er dirigent og musikalsk leder, og alltid positiv til korets ønske om å gå nye veier. Han har studert ved NMH, vært kantor i Kråkerøy kirke og er i dag avdelingsleder for Musikk og drama på Greåker vgs.

### FAKTA:

Type kor:	Blanda kor
Dirigent:	Lars Tomtum
Sangere/snittalder:	18 /
Opptakskrav:	Opptaksprøve med dirigent og opptaksutvalg
Øvingstid og -sted:	Onsdag 19.00 Speiderhuset i Fredrikstad

### KONTAKTINFO:

Kristin Haugum  
952 74 907  
krhaugum@online.no  
Facebook: Citadell Musica



## Eidsberg Bygdekor

**Egenart:** Koret ønsker å ha god kvalitet på det musikalske og samtidig være en sosial arena for medlemmene.

**Repertoar:** Vi synger alt – viser, folkemusikk, klassisk, etc - mye a cappella.

**Sosial profil:** Det sosiale er svært viktig for koret. Vi har både sommerfest og julebord. Vi trives utrolig godt sammen og det er plass til alle.

**Reisevirksomhet:** Koret reiser på turer innenlands og utenlands fra tid til annen. Siste utenlands-turen vår var i jubileumsåret 2016. Vi vurderer også å ta en litt lengre tur i 2021, hvis smittesituasjonen i Europa tillater det.

**Ambisjon- og aktivitetsnivå:** Koret forsøker å holde god konsertkvalitet, og trives og presterer best i avslappede og uformelle settinger. To «store» prosjekter i året, julekonsert 23. desember og en konsert på våren med ulike temaer. Vår 2021: «Rutter møter Sommerro».

**Om dirigenten:** Vår dirigent, Birgit Aune, er lidenskapelig opptatt av kor, og har utdannelse fra Universitetet i Trondheim, Høgskolen i Tromsø og Rytmask Musikkonservatorium i Ålborg.

**Ellers:** Ønsker oss flere sangere, og da spesielt basser. NB! Du trenger ikke være fra Eidsberg for å synge i Eidsberg Bygdekor.

### FAKTA:

Type kor:	Blandakor
Dirigent:	Birgit Aune
Sangere:	28
Opptakskrav:	Nei
Øvingstid og -sted:	Tirsdag 19.00 – 21.30 Kirkefjerdingen skole, Eidsberg

### KONTAKTINFO:

Leder Camilla Grefsli  
934 15 945  
camilla.grefsli@gmail.com  
Facebook: Eidsberg bygdekor



## Hvaler Trivselskor

**Egenart:** Voksent blanda kor.

**Repertoar:** Variert og morsomt. Fra gammel og ny pop, til gospel og salmer.

**Sosial profil:** Trivsel og respekt.

**Reisevirksomhet:** Korte og lange turer i september.

**Ambisjon- og aktivitetsnivå:** Jobber alltid for å bli bedre, fem konserter per år (3 i desember).

**Om Dirigenten:** Mette Christin Østby – entusiastisk, inspirerende, dyktig – hun ser alle!

**Ellers:** Vi har dyktige musikere med på konserter – fra lokalmiljøet og nærmeste familie.

**VI ER ET LIVSSYNSNØYTRALT  
BLANDAKOR SOM SYNGER  
BÅDE I KIRKER OG PÅ PUB.  
TRIVSEL ER VIKTIG FOR OSS!**

### FAKTA:

Type kor:	Blandakor
Dirigent:	Mette Christin Østby
Sangere/snittalder:	50/60 år
Opptakskrav:	Samtale med dirigenten
Øvingstid/sted:	Tirsdag 18.30 – 21.15 Floren Samfunnshus, Kirkøy

### KONTAKTINFO:

post@hvalertrivselskor.com  
www.hvalertrivselskor.com  
Facebook: Hvaler trivselskor





Foto: Kjell Gjerde

## Koriander

**Egenart:** Koriander ble startet i 2003 av folk som for det meste ikke hadde sunget i kor tidligere, men som hadde veldig lyst! Etter 17 år er vi godt etablert!

**Repertoar:** Det meste av det beste! Vi synger gjerne kjente svisker innen jazz og pop, men egentlig alt mulig innen det brede repertoar!

**Sosial profil:** Høy trivselsfaktor og godt humør er en forutsetning!

**Reisevirksomhet:** Vi har vært i Skagen, i Gøteborg og i London.

**Ambisjon- og aktivitetsnivå:** Ambisjonen vår er at vi skal trives sammen med sang og musikk, og at vi gjennom trivsel og god veiledning stadig skal bli et bedre kor. Vi har årlig julekonsert og konserter på institusjoner i løpet av året. Vi har vårkonsert - og blir vi innbudt av andre kor, er det ikke nei i vår munn!

**Om dirigenten:** Steinar Sørø Hermansen har vært vår dirigent og akkompagnatør siden 2004. Han er en inspirerende og iherdig dirigent!

**Ellers:** Koriander ønsker stadig å få nye medlemmer! Særlig trenger vi mannsstemmer, men damer er også hjertelig velkommen!

### FAKTA:

Type kor:	Blandakor
Dirigent:	Steinar Sørø Hermansen
Sangere/snittalder:	60/65 år
Opptakskrav:	Nei
Øvingstid og -sted:	Onsdager 18.30 – 21.00. Greåker videregående skole.

### KONTAKTINFO:

Knut Førisdal  
482 61 349  
knut.forisdal@gmail.com



## Madrigalia af Fredriksstad

**Egenart:** Vi synger madrigaler, middelalder- og folkemusikk.

**Repertoar:** Folketoner, madrigaler, gregoriansk, middelalder

**Sosial profil:** Et kor for damer i sin aller beste alder

**Reisevirksomhet:** En mulighet!

**Ambisjon- og aktivitetsnivå:** Øver to ganger i måneden – og tar det derfra. To konserter årlig.

**Om Dirigenten:** Sunniva Berg. Folkesanger, skuespiller og artist

**Ellers:** Madrigalia består av ca. 25 kvinner i sin aller beste alder. En snill, glad, hyggelig og ivrig gjeng som sammen skaper et fantastisk miljø. Vi har innført vårt årlige «Julablot» (konsert) og en vårkonsert.

**BE KIND!**

### FAKTA:

Type kor: Vi har blitt til et damekor  
Dirigent: Sunniva Berg  
Sangere/snittalder: ca. 25/fra 25 til 85  
Opptakskrav: Nå innfører vi stemmeprøve  
Øvingstid og -sted: Annenhver mandag.  
Møterommet, St. Birgitta kirke  
i Fredrikstad.

### KONTAKTINFO:

Torill Stokkan  
990 00 739  
madrigalia2016@gmail.com  
Facebook: Madrigalia  
Hjemmeside: [www.madrigalia.no](http://www.madrigalia.no)



## Mannskoret Skiold

**Egenart:** Stiftet 3.april 1897. Vi ønsker å ivareta mannskortradisjonen. Samtidig ønsker vi å fornye oss – og mannskorsangen – gjennom å være åpne for andre og nyere genre innen mannskorrepertoaret.

**Repertoar:** Tradisjonelle mannskorsanger, viser, shanties, barbershop, operette- og musikalsanger, kirkemusikk samt populærmusikk.

**Sosial profil:** Koret har det veldig trivelig i sammen. Høst- og årsfest hvor også våre damer er til stede. Det å inkludere damene er svært viktig for gutta i mannskoret Skiold!

**Reisevirksomhet:** Jevnlige turer, med eller uten overnatting. Våre kjære damer er selvsagt med.

**Ambisjon- og aktivitetsnivå:** Jobber aktivt og kontinuerlig for å bedre kvaliteten på vår korsang. Arrangerer egne konserter hvert 2. år, synger på gamlehjem, sangerfestivaler og andre steder som passer inn i vårt program.

**Om Dirigenten:** Lars Tomtum er utdannet ved Norges Musikkhøgskole, har korpedagogisk utdanning ved Lærerhøgskolen på Hamar. Dirigert koret siden 2004 og jobber bevisst for å høyne det sanglige nivået.

**Ellers:** Vi har plass til flere sangere, særlig 1.tenor og 2.bass. Vi er glad og omgjengelig gjeng mannfolk som tar imot nye korsangere med åpne armer

**VI ØNSKER Å GLEDE  
ANDRE MED GOD  
MANNSKORSANG  
– SKAPE DE GODE  
MUSIKALSKE ØYEBLIKKENE**

### FAKTA:

Type kor:	Mannskor
Dirigent:	Lars Tomtum
Sangere/snittalder:	32/50 år +
Opptakskrav:	Nei
Øvingstid og -sted:	Torsdag 19.00-21.15 Dagningen på Gressvik

### Kontaktinfo:

Oddvar Eriksen  
481 91 990  
oddvar.eriksen@fredfiber.net



## Moss Vocalis

**Egenart:** Moss Vocalis er et damekor som ble stiftet i 1987. Vi har base i Moss, hvor vi møtes for å dyrke vår felles hobby: sang! Koret arrangerer konserter alene eller i samarbeid med andre, som for eksempel kor, korps eller andre musikere. Vi har gitt ut tre CD-er som kan kjøpes ved å kontakte koret eller en av kormedlemmene.

**Repertoar:** Hovedsakelig klassisk musikk, med innslag av viser, folketoner og annen rytmisk musikk.

**Sosial profil:** Vi er en sosial gjeng som trives veldig godt sammen. Vinter- og sommerhalvåret avsluttes med en sosial sammenkomst, ofte i forbindelse med en konsert.

**Aktivitetsnivå:** Ukentlige øvelser og øvingsseminarer ved behov. Vi har ca 4 konserter i året, og hvert annet år prøver vi å få til en utenlandstur der vi setter opp konsert i det landet vi reiser til.

**Reisevirksomhet:** Vi har ikke faste reiser, men som nevnt ovenfor prøver vi å få til en reise hvert annet år.

**Ambisjonsnivå:** Koret har deltatt i konkurranser og festivaler i inn- og utland. I 2019 deltok vi i NM for kor i Trondheim.

### FAKTA:

Type kor:	Damekor
Dirigent:	E. Andreas Stensholt
Sangere/snittalder:	20-25 / 30-60 år
Opptakskrav:	Ja
Øvingstid- og sted:	Onsdag kl. 18.30 – 21.30, Arena (Moss kirke- og kultursenter)

### KONTAKTINFO:

Lene.Kirkeng@no.ey.com  
[www.facebook.com/vocalis-moss/](https://www.facebook.com/vocalis-moss/)



## Polyphonic

**Egenart:** Vi er Polyphonic - popkoret fra Moss. Bestående av over 40 medlemmer møtes vi en gang i uken for å synge, lære og utvikle oss sammen.

**Repertoar:** Korets repertoar består av forskjellige poplåter som fremføres både a cappella og med band. Om du er på konsert med oss kan du høre låter som «Strangers» av Sigrid, «Human» av Rag N Bone Man, «Drink About» av Dagny og «I am Not the Only One» av Sam Smith, for å nevne noen.

**Sosial profil:** Vi har sommerfest og nyttårsfest som arrangeres av vår egen Sosial Komité.

**Reisevirksomhet:** Østfold

**Ambisjon- og aktivitetsnivå:** Vi jobber for å arrangere en egen konsert i slutten av hvert semester. Ellers har vi sunget på blant annet kor-treff, andres konserter, i konfirmasjon, juleåpning av butikk og kommunestyret i Moss sin sommer avslutning.

**Om Dirigenten:** Vår dirigent, Charlott- Renee Sandvik Clasén jobber som sangpedagog m.m. for Musikk, dans, drama ved Askim videregående skole. Hun har vært korets dirigent siden januar 2017.

**Ellers:** Vi har medlemmer fra Moss, Rygge, Våler og Råde. Mange nye vennskap har blitt til, og nye talenter har vokst frem. Koret har blitt et unikt samlingspunkt der vi dyrker både vennskap og hobbyinteressen.

**SAMMEN LAGER VI FETE  
KLANGER, SYNGER KULE  
LÅTER, SAMTIDIG SOM VI  
HAR DET UTROLIG GØY**

### FAKTA:

Type kor: Kvinnekor  
Dirigent: Charlott-Renee Sandvik Clasén  
Sangere/snittalder: 42 / 44 år  
Opptakskrav: Gjennomgang med dirigent  
Øvingstid og -sted: Tirsdag 19.00 – 21.30  
Moss

### KONTAKTINFO:

Rikke Falstad-Jordal Bakken  
969 09 090  
polyphonic.moss@gmail.com  
<https://www.facebook.com/polyphonic.moss/>



## RISIBOYS

**Egenart:** Manns-vokalgruppe. Synger 4-stemt Acapella, hovedsakelig arrangert i BARBERSHOP-format. Har sitt utspring i Risikoret der mange fortsatt er med. Startet ca. 1994.

**A CAPELLA – STUNT SINGERS**

**Repertoar:** Mest POP & ROCK i barbershop-arrangement, men har også et side-rep. med SHANTIES.

**Sosial profil:** Å synge sammen er det sentrale, men klarer ikke unngå at det blir mye moro på øvelser, seminarer, opptredener og turer. Synger gjerne på pub, og de fleste andre steder.

**Reisevirksomhet:** Opptrer mest i Fredrikstad/Østfold, men har også sunget i bla. Oslo, Lillestrøm og Drammen. Reiser til en by i Europa en gang i året. Da kaller vi oss ACAPELLA STUNT SINGERS, og synger spontant så fort en sjanse byr seg.

**Ambisjonsnivå:** Gjøre det best mulig med de stemmene vi har. Ingen konkurranser, men er gjerne med på arrangementer sammen med andre acapella-grupper. Har endel oppdrag gjennom året for bedrifter, institusjoner, foreninger, private fester/runde dager osv. Tar alt fra bryllup til begravelser! Opptrer uten dirigent & noter, men av og til med litt koreografi.

**OM VÅR COACH:** Charlotte Davidsen har ledet øvelsene med oss siden sept. -18, og har med sin store musikalitet, energi og entusiasme løftet oss til nye høyder!

### FAKTA:

Type kor:	Barbershop
Coach:	Charlotte Davidsen
Sangere/aldersfordeling:	18/40-70 år
Opptakskrav:	Synge rent
Øvingstid- og sted:	Annen hver tirsdag Fredrik II vgs i Fredrikstad

### KONTAKTINFO:

Navn: Arnfinn Haugberg  
Tlf.nr: 481 65 242  
E-post: a.haugberg@icloud.com  
Facebook: Risiboys



## Risikoret

**Egenart:** Risikoret er et blanda a cappella-kor stiftet i 1984.

**Repertoar:** Repertoaret er variert, fra Haydn til Queen, men hovedvekten er så absolutt på moderne låter – gjerne pop og rock.

**Sosial profil:** Risikoret er et kor som elsker å synge og har et fast repertoar som vi kan synge overalt – og det gjør vi også! Vi samles til hyggelig samvær etter konserter, og ved semesterslutt sommer og jul.

**Reisevirksomhet:** Tur hvert annet år, gjerne til utlandet.

**Ambisjon- og aktivitetsnivå:** Vi liker absolutt et repertoar som krever litt jobbing. Takket være vår dirigent får vi ofte muligheten til å tøye grensene! Vårt mål er alltid å synge uten noter! Åttestemt er ikke ukjent for oss! Temakonsert hvert annet år. Vi synger på institusjoner 4 ganger i året og deltar gjerne på andre kors konserter når vi blir invitert og konserter som blir arrangert av Fredrikstad Musikkråd og Østfold sangerforum.

**Om Dirigenten:** Henrik ble korets dirigent i 2011. Han er en meget dyktig dirigent, pianist og arrangør. Vi stortrives med Henrik! Han har studert kirkemusikk på Musikkonservatoriet i Stavanger og på Musikkhøgskolen i Oslo. Han arbeider til daglig som kantor i Tune kirke i Sarpsborg. Han dirigerer også mannskoret Sarpsborg Sangforening.

**Ellers:** Vi er hele tida ute etter gode sangere – særlig herrestemmer. Ta kontakt!

### FAKTA:

Type kor:	Blanda kor
Dirigent:	Henrik Brusevold
Sangere/snittalder:	43/59
Opptakskrav:	Samtale med dirigent
Øvingstid og -sted:	Torsdag 19.00-21.30 Betania, Gamle Fredrikstad

### KONTAKTINFO:

Kari Spæren Sand  
472 79 496  
k.sand@icloud.com  
Facebook: Risikoret



## Rockekoret

**Egenart:** Sangene skal helst ha litt trøkk for at medlemmene skal være fornøyde. Vi er rundt 40 sangere fra Sarpsborg og Fredrikstad som øver på Greåker.

**Repertoar:** Navnet på koret bestemmer repertoaret. Blir det for mange ballader er det alltid noen som spør: Er ikke vi et Rockekor da?

**Sosial profil:** Vi krever ikke at nye medlemmer skal kunne noter, men at de kan synge. Aldersspennet er fra 20 år og oppover.

**Ambisjon- og aktivitetsnivå:** Vi har minst en konsert hvert semester. I tillegg dukker det ofte opp noen andre oppdrag. Målet er at vi skal lære mer og låte litt bedre for hvert år.

**Dirigent:** Dirigenten vår Eva Iselinn Erichsen er utdannet innen klassisk sang fra Barratt Due musikk institutt, men synger de fleste sjangere. Hun jobber som artist og dirigent.

**TRØKK – VI ER ET  
ROCKEKOR, IKKE  
SANT?**

### FAKTA:

Type kor: Blandakor  
Dirigent: Eva Iselinn Erichsen  
Sangere/snittalder: 40  
Øvingstid og -sted: Onsdag  
Tindlund Ungdomsskole

### KONTAKTINFO:

Jon Gimmingsrud  
480 42 268  
jongimmingsrud@gmail.com  
Facebook: Rockekoret





Foto: Bjørn Fineide

## Sangkoret Freidig

**Egenart:** Vi er et kor som ofte prøver å gjøre noe nytt. Vi har fokus på musikken, det sosiale, å spre glede, energi, begeistring og entusiasme med våre opptredener.

**Repertoar:** Allsidig korrepertoar med hovedvekt på klassisk musikk.

**Sosial profil:** Trivsel er viktig! Vi har sosiale sammenkomster igjennom året. Koret øver hver mandag og arrangerer et seminar i hvert halvår. Vi er en inkluderende gjeng som setter pris på å skape musikk sammen. Vi har en egen klubb for våre ektefeller/samboere så de utgjør FFC (Freidigs fan-club) og de deltar på mange av våre sosiale aktiviteter.

**Reisevirksomhet:** Koret reiser på tur til utlandet annethvert år og liker å reise på seminar rundt i nærmiljøet.

**Ambisjon- og aktivitetsnivå:** Vi ønsker å utvikle oss sangteknisk og musikalsk. Vi arrangerer egne konserter og deltar på konserter med ulike artister. Vi har hele tiden fokus mot nye mål og opplevelser.

**Om Dirigenten:** Else jobbet mange år som frilanse sanger og har særlig vært engasjert som kirkemusiker og romansesanger. Etter hvert; en kombinasjon av konsertering og undervisning, I dag jobber hun ved Askim videregående skole. Hun er utdannet fra Norges Musikkhøyskole, i tillegg til studier i Salzburg og Gøteborg. Else et fantastisk menneske som gir av seg selv, inkluderende og utrolig inspirerende samt en dyktig pedagog.

**Ellers:** Vårt kor har veldig pliktoppfyllende medlemmer men trenger stadig flere sangere og spesielt menn, både tenor og bass.

### FAKTA:

Type kor:	Blanda kor
Dirigent:	Else Haug
Sangere/snittalder:	30/55
Opptakskrav:	Ingen foruten sangerglede!
Øvingstid og -sted:	Mandag 19.00 - 21.30 I gymsalen v/Byggekløssen barnehage

### KONTAKTINFO:

Pia Bråthen  
975 84 157  
piabrathen71@gmail.com  
Facebook: Sangkoret Freidig  
<http://www.sangkoret-freidig.net/>



## Sangkoret Harmoni

**Egenart:** Harmoni ble stifta i 1906 og er et kor med tradisjoner. Vi er et tradisjonelt blandet kor.

**Repertoar:** Koret har et variert repertoar og synger både kirkemusikk og mer populærmusikk. Pianisten Ken Phillips arrangerer en god del av det koret synger og det låter!

**Sosial profil:** Koret er blitt en trivelig og inkluderende gjeng. Du vil bli tatt godt imot!

**Reisevirksomhet:** Koret holder seg stort sett i «gamle» Østfold. Pga Corona ble utenlandsturen 2020 avlyst. Men reiselysten er der.

**Ambisjon- og aktivitetsnivå:** Nærmiljøet er viktig for koret, men vi er åpne for konserter og samarbeid med andre kor i Nedre Glomma-regionen. Koret har ingen opptaksprøve, men arbeider med å få maks ut av de sangerne som til enhver tid er med.

**Om Dirigenten:** Valeryia Shchapila er en ung og velutdannet dirigent med utdanning innen sang og direksjon fra Moskva. Hun er korets dirigent på tredje året.

**Ellers:** Koret er medeier i sangerhuset «Dagningen» på Gressvik og disponerer derfor et øvingslokale med gode akustiske forhold. Ken Phillips og Toril Nordby er faste akkompagnatører for koret.

### FAKTA:

Type kor:	Blandakor
Dirigent:	Valeryia Shchapila
Sangere/snittalder:	30/40 - 75
Opptakskrav:	Nei
Øvingstid og -sted:	Onsdag Dagningen, Gressvik

### KONTAKTINFO:

Ivar Hjelmengen  
918 17 466  
ivar@hjelmengen.net  
Facebook: Sangkoret Harmoni



## Sangkoret Varden

**Egenart:** Varden ble stiftet i Sarpsborg 1903. Våre hovedopptredener er adventskonsert før jul og musikkafe i april. Vi øver i Greåker kirke. Vi har uformell sammenkomst ved avslutning av hvert semester.

**Repertoar:** koret synger både moderne og eldre kirkemusikk, musikaler, viser og popmusikk.

**Sosial profil:** vi er opptatt av at alle skal trives. På øvelsene er det kaffepause og utlodning.

**Reisevirksomhet:** hvert 5. år har vi jubileumstur. De siste tre gangene har koret besøkt st. Petersburg, Berlin og Riga. Vi prøver å synge så mye som mulig på disse turene.

**Ambisjonsnivå:** koret prøver hele tiden å utvikle seg og er opptatt av den gode klangen. Vi har ingen målsetting om å synge større/lengre verk. Vi har sunget sanger arrangert spesielt for koret vårt. Til musikk kafeen hentes det inn unge lovende sangsolister fra distriktets musikklinje. Alle som begynner må synge for dirigenten for å bli plassert i riktig stemmegruppe.

**Dirigenten:** Tone Helen Klemsdal har musikk- og korutdanning og fremstår dyktig, engasjert og inspirerende.

**Ellers:** pr. 2019 Er vi 49 medlemmer. Vi trenger særlig flere dype mannsstemmer. Alle er likevel velkomne.

### FAKTA:

Type kor:	Blandet kor
Dirigent:	Tone Helen Klemsdal
Opptakskrav:	Ingen
Øvingstid/sted:	Tirsdag 19.00 - 21.30 Greåker kirke.
Aktivitetsnivå:	2 konserter/år. Deltar noen ganger på felleskonserter i Østfold.

### KONTAKTINFO:

Ole Jørgen Hommeren  
976 84 110  
post@sangkoretvarden.no  
Facebook: Sangkoret Varden  
Hjemmeside: <https://www.sangkoretvarden.no/index.html>



## Sarpsborg Sangforening

**Egenart:** Sarpsborg Sangforening er et mannskor og ble stiftet i 1866. Vårt grunnlag er tradisjonelle mannskorsanger med nasjonal og internasjonal bakgrunn, og vi satser på å ha et variert repertoaret for å kunne tilby oss og publikum en mest mulig allsidig opplevelse.

**MANSSANG GIR EN  
GOD OPPLEVELSE**

**Repertoar:** Nasjonale og internasjonale sangskatter, folkeviser, utdrag fra musikaler, ølviser og verker med religiøst tilsnitt.

**Sosial profil:** Vi har to-tre hyggelige samlinger med god mat og drikke om året.

**Reisevirksomhet:** Vi reiser annethvert år til forskjellige steder, og inviterer med våre respektive. Den siste reisen gikk til vår vennskapsby Struer i Danmark, hvor vi besøkte Struer Shantykor.

**Ambisjon- og aktivitetsnivå:** Faste konserter 17. mai og julesanger på sykehjem, deltar på gudstjenester og har en større konsert om høsten, gjerne i samarbeid med andre kor. De siste årene som lokal støtte for Hanne Krogh og hennes tenorer. 10 opptredener pr. år.

**Om Dirigenten:** Henrik Brusevold dirigerer koret, er ansatt som kantor i Tune kirke og dirigerer flere kor i Nedre Glomma-regionen.

### FAKTA:

Type kor:	Mannskor med fire stemmer
Dirigent:	Henrik Brusevold
Sangere/snittalder:	50/40-80 år
Opptakskrav:	interesse for mannskorsang
Øvingstid og -sted:	Onsdag fra 19.00 til 21.30 Greåker musikkhus

### KONTAKTINFO:

sarpsborg.sangforening@gmail.com  
Facebook: Sarpsborg Sangforening  
Hjemmeside: <http://sarpsborgsangforening.blogspot.com/>



## Viva Voce

**Egenart:** Vokalgruppe, synger tre- og firestemt.

**Repertoar:** Ulike sjangere med hovedvekt på kirkemusikk.

**Om Dirigenten:** Musikals leder er Else Haug som er utdannet operasangerinne, ansatt på Askim VGS og er dirigent for Sangkoret Freidig.

**Ellers:** Viva Voce startet opp da en gruppe damer fra sangkoret Freidig ønsket å overraske en felles venninne med sang i hennes datters barnedåp i Os kirke våren 2004. Siden den gang har Viva Voce vært et prosjektkor som har sunget ved mange ulike arrangementer og konsertsteder. Viva Voce har fremført Stabat Mater av Pergolesi med profesjonelle solister og strykeorkester 3 ganger og sist hadde vi konsert med Erik Andre Hvidsten.

### FAKTA:

Type kor: Prosjektkor  
Dirigent: Else Haug  
Sangere/snittalder: 9/55

### KONTAKTINFO:

Gro Sørli  
909 49 406  
g.sorlie@hotmail.com  
Facebook: Viva Voce



## Vokalensemblet KoDa

**Egenart:** Showkor.

**Repertoar:** Allsidig, alt fra pop til gammel kirkemusikk.

**Sosial profil:** Glade og inkluderende.

**Reisevirksomhet:** Opptrer mest i Østfold, deltar på korarrangement i Europa, og reiser på weekend-turer.

**Ambisjon- og aktivitetsnivå:** Vi ønsker å gjøre gode konserter som gir publikum fine opplevelser med sang, musikk og koreografi. For å nå dette målet har vi satt opp flere helaftens forestillinger på store profesjonelle scener. I tillegg opptrer vi gjerne i kirkene, på andres arrangement som underholdningsinnslag som gjesteartister på andres konserter, eller i kirker.

**Om Dirigenten:** Koret dirigeres av Irene Lundblad som også er pianist på mindre arrangement. Hun er utdannet ved Barratt Dues Musikk institutt og Musikhøgskolan i Göteborg.

**Ellers:** Vi liker å påta oss sangoppdrag. Kirker, bryllup, begravelser, bursdager, julebord, jubileer, seminarer, korsamlinger. Om noen ønsker korsang så stiller vi gjerne opp!

**GLADE JENTER MED  
AMBISJONER OM Å  
GLEDE OG BEGEISTRE**

### FAKTA:

Type kor: Showkor  
Dirigent: Irene Lundblad  
Sangere/snittalder: 20/40-50 år  
Opptakskrav: Sangprøve for dirigent  
Øvingstid og -sted: Tirsdag 18.30 – 21.00  
Grålum barneskole

### KONTAKTINFO:

Lene Kari Bjerketvedt  
Telefon: 970 11 466  
Vokalensembletkoda@gmail.com  
Facebook: Vokalensemblet KoDa



## VOX

**Egenart:** Damekor med spennende repertoar. Ikke redde for å prøve ut noe nytt, det være seg folkemusikk, metacapella, gehørinnlæring eller syvstemte arr.

**Repertoar:** Meget variert. Ønsker ikke binde oss til én type musikk. Spenner fra klassiske julekonserter til arrangering av metacapella-workshops.

**Sosial profil:** Vi ønsker å være et kor hvor vi er venner og rause med hverandre. Vi møtes noen ganger utenom øvelser både til fest og restaurantbesøk.

**Reisevirksomhet:** Ikke mye reisevirksomhet. Helgeseminar med overnatting én gang årlig.

**Ambisjon- og aktivitetsnivå:** Vi ønsker å holde et godt nivå, men samtidig beholde vår egenart og muligheten til å «gjøre det vi vil». Seminar to ganger årlig, hvor det ene er med overnatting. To-tre konserter i året + oppdrag utenom.

**Om Dirigenten:** Dyveke Wedel Kuløy har jobbet som dirigent i 10 år og dirigert Vox siden høsten 2018. Hun er utdannet musiker fra Liverpool Institute for Performing Arts (2007) og studerer til master i innovativ korledelse for rytmiske kor på det Jyske musikkonservatoriet i Ålborg. Hun er også utøvende musiker og låtskriver.

### FAKTA:

Type kor: Damekor  
Dirigent: Dyveke Wedel Kuløy  
Sangere/snittalder: 10 /30+  
Opptakskrav: Enkel opptaksprøve  
Øvingstid og -sted: Onsdag 19.00 – 21.30  
Steinerskolen, Fredrikstad.

### KONTAKTINFO:

Guro Holt Abrahamsen, leder  
951 32 493  
vox.fredrikstad@gmail.com  
<https://www.facebook.com/vokalgruppenvox>  
<https://voxfredrikstad.webnode.com/>

SANG SKAL VÆRE  
GØY, SPENNENDE  
OG UTFORDRENDE

**KONTAKTINFO:**

St. Croixgt. 25  
1607 Fredrikstad  
Telefon 47 27 94 96  
k.sand@icloud.com  
www.sangerforum.no/ostfold  
Org.nr. 993 320 056

**STYRET:**

Kari Spæren Sand, Fredrikstad, styreleder  
k.sand@gmail.com – tlf. 47 27 94 96

Petter Spæren, Fredrikstad  
Arnfinn Haugberg, Fredrikstad  
Jeanette Helberg Borge, Hvaler  
Camilla Grefsli, Indre Østfold

**Vil du synge i kor?**